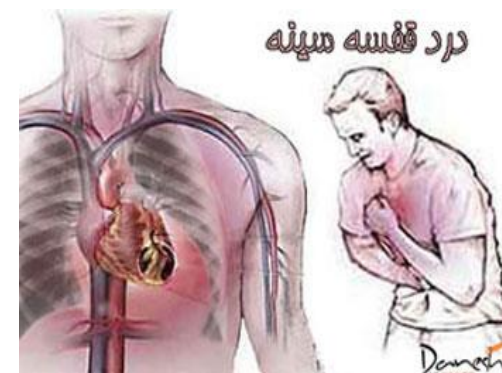


## درد قفسه سینه (آنژین صدری)



تاریخ تدوین : ۱۳۹۸/۰۹/۲۳

تاریخ بازنگری : ۱۴۰۴/۰۹/۱۰

تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۷/۰۹/۱۰

کد: MH.BR.PE.CCU.۱۴۲

واحد آموزش به بیمار

## تعریف آنژین صدری (درد قفسه سینه):

دردی در ناحیه قفسه سینه ، و در پشت استخوان جناق می باشد که بعلت نرسیدن اکسیژن کافی به عضله قلب ایجاد می شود. در حالت عادی خون رسانی به عضله قلب بوسیله عروق کرونر انجام میشود که این عروق در مواقعی مانند: ورزش، هیجان، استرس و... که نیاز قلب به اکسیژن بیشتر می شود خون رسانی به قلب را زیاد می کنند تا اکسیژن کافی به قلب برسانند. حالا اگر این عروق به دلیل تجمع چربی و افزایش فشار خون و... دچار آسیب شوند خون رسانی به قلب کاهش پیدا می کند در نتیجه هنگام افزایش فعالیت های بدنی و مواردی مثل استرس و هیجان ، چون خون و اکسیژن کافی به قلب نمی رسد ، فرد به درد قلبی یا آنژین صدری مبتلا میشود.

## علامت:

۱. احساس درد در قفسه سینه که معمولاً محل درد دقیقاً مشخص نیست و ممکن است به گردن، فک، شانه و دست چپ انتشار پیدا کند.

۲. احساس ضعف یا بی حسی در بازو، مچ، و دستها

۳. احتمال وجود تنگی نفس، رنگ پریدگی، تعریق، سرگیجه، احساس سبکی در سر، تهوع و استفراغ.

## توجه توجه

از مشخصات مهم آنژین پایدار یا دردهای قلبی این است که با استراحت و استفاده از نیتروگلیسرین ها (زیر زبانیها) از بین می رود.

## عوامل ایجاد کننده درد:

۱. فعالیت های شدید بدنی مانند ورزش سنگین، بالا رفتن از پله ، بلند کردن اجسام سنگین
۲. قرار گرفتن در هوای بسیار سرد یا بسیار گرم.
۳. وعده غذایی سنگین و پر چرب
۴. هیجانات روحی، اضطراب، عصبانیت، فشار عاطفی
۵. فعالیت های جنسی
۵. قدم زدن خلاف جریان شدید باد.



### مراجعه مجدد به پزشک:

در صورتی که موارد زیر رخ داد حتما به پزشک مراجعه کنید:

\* درد های قفسه سینه که با وجود استراحت و درمان با نیتروگلیسرین (زیر زبانی) بیشتر از ۱۰ تا ۱۵ دقیقه طول بکشد.

\* اگر با درد قفسه سینه از خواب بیدار میشوید حتما به پزشک مراجعه کنید حتی اگر مصرف قرصهای نیتروگلیسرین (زیر زبانی) آنرا برطرف میکند.

\* ایجاد درد ، در قفسه سینه متفاوت با گذشته یا شدیدتر از حد معمول .

## با آرزوی سلامتی

\* مصرف میوه و سبزیجات خام  
\* دوری از شرایط و محیط های استرس زا و اضطراب آور  
\* دوری از بی تحرکی و انجام ورزش های سبک با نظریزشک

\* پرهیز از کشیدن سیگار و مصرف مشروبات الکلی

\* کنترل وزن و پرهیز از چاقی

\* کنترل فشار خون

\* کنترل چربی خون

\* کنترل دیابت

### نکته :

بیمار مبتلا به دیابت ممکن است در زمان شروع آنژین درد شدیدی نداشته باشد چون دیابت باعث کم شدن قدرت انتقال گیرنده ها میشود و احساس درد را از بین میبرد.



## عوامل خطر ساز:

الف. عوامل غیر قابل کنترل :

\* افزایش سن

\* جنسیت (در مردان شایع تر)

\* سابقه بیماری قلبی در خانواده

ب. عوامل قابل کنترل:

\* اصلاح رژیم غذایی و پرهیز از مصرف غذا های

پر چرب و سنگین و پر حجم.